

第3章 「月形町健康増進計画」の 評価結果

1 総括的評価

3つのライフサイクルの8領域（親子期は9領域）の目標（78項目の評価指標）について、策定時の値と直近の把握可能な値（健康意識調査結果等）を比較。目標に対する達成状況を総合的に判断し、次の5段階評価を行いました。結果は下記表のとおりです。

《指標の達成状況》

判定基準	平成26年	令和3年
A 既に目標値に達しているもしくは概ね達成し、更に改善を目指す	13(12.3%)	10(12.8%)
B 目標値に達していないが、策定時より改善	18(17.0%)	25(32.1%)
C 策定時から状況が変化していない	14(13.2%)	16(20.5%)
D 策定時より悪化している	23(21.7%)	20(25.6%)
E 策定時に指標設定なし、把握方法、対象者の変更等で評価困難	38(35.8%)	7(9.0%)
計	106(100%)	78(100%)

2 ライフサイクル別の評価

ライフサイクル別の評価指標の達成状況と評価、今後の課題や取り組みについてまとめました。

(1) 親子期

1) 親子期の指標

*網掛けは中間評価時にも評価指標となっているもの

領域	評価指標	現状値 (平成22年)	目標値 (令和3年)	中間値 (平成26年)	平成 28年度	最終値 (令和3年)	達成率
こころの健康	ストレス解消法があると答えた割合の増加	今後調査	100%	92.5% (小学生保護者)	90.4% (小～高)	89.7% (小～高)	C
	子どものいる生活について楽しいと感じている割合の増加		100%	80.8% (小学生保護者) 87.0% (乳児保護者)	小 85.2% 就前 85.2% 未満 74.2%	小 85.7% 就前 82.1% 未満 90.0%	C
	ゆったりとした気持ちで子どもと関わっている割合の増加		100%	61.5% (小学生保護者)	小 52.7% 未満 87.1%	小 76.8% 未満 90.0%	B
	自分の悩みや困り事を相談できる人がいる割合の増加		100%	96.0% (小学生保護者)	小高 90.4% 就前 96.4% 未満 100%	小高 95.3% 就前 92.8% 未満 95.0%	C
生きがい	交流しながら子育てできていると感じている割合の増加	今後調査	80%	71%	小高 66.2% 就前 78.6% 未満 71.0%	小高 72.9% 就前 71.4% 未満 75.0%	B
妊娠期	妊娠届出が12週未満である妊婦の割合の増加	92.6%	100%	100%	100%	100%	A
	妊婦健診受診率の現状維持	100%	100%	100%	100%	100%	A
栄養	週4回以上家族で夕食を食べる割合の増加	中高生 85.4%	小～高 90%以上	小学生 89.0%	小 97.3% 中 93.4% 高 85.0%	小 93.8% 中 93.4% 高 85.0%	B

	評価指標	現状値 (平成22年)	目標値 (令和3年)	中間値 (平成26年)	平成 28年度	最終値 (令和3年)	達成率
食生活	朝食を毎日食べる割合の増加	中高生 86.1%	100%	小学生 96.0%	小 90.5% 中 91.9% 高 72.0%	小 89.3% 中 86.7% 高 80.0%	D
歯の健康	むし歯のない3歳児の割合の増加	64.0%	80%以上	100%	92.9%	85.7%	B
	12歳の一人あたりのむし歯等数の減少	3.0本	2.0本以下	2.14本	0.07本 (H29)	0.31本	B
	むし歯のない小中高生の割合の増加	小なし 中 25.0% 高 32.1%	50%	なし	小 41.9% 中 43.2% 高 40.0%	小 39.3% 中 53.3% 高 40.0%	C
	ほぼ毎日仕上げ磨きをしている割合の増加 (3歳児)	89.3%	100%	82.4%	80.0%	85.7%	C
	ほぼ毎日仕上げ磨きをしている割合の増加 (5歳児)		100%		75.0%	100%	A
	1日2回以上歯磨きをしている中高生の増加	小なし 中 60.0% 高 67.9%	100%	なし	小 90.6% 中 94.6% 高 88.0%	小 76.8% 中 80.0% 高 80.0%	B
	定期的に歯科検診を受けている中高生の割合の増加	小なし 中 40.5% 高 40.5%	80%以上	なし	小 68.9% 中 32.4% 高 32.0%	小 60.7% 中 43.3% 高 35.0%	C
身体活動・運動	1日30分以上週3回以上外遊びをするものの割合の増加 (3歳以上就学前児)	なし	80%	なし	42.9%	60.9%	B
	1日1時間以上週3回以上外遊びをする小学生の割合の増加	なし	80%	なし	10.9%	5.4%	D
	放課後、休日に週1回以上身体を動かす機会がある割合の増加	小なし 中 50.0%	小 70.0% 中 70.0%	小 65.0% 中 なし	小 71.6% 中 64.9%	小 64.3% 中 60.0%	C
	平日1日2時間以上ゲーム等 (携帯PCも含む) をして過ごすことの多い子どもの割合の減少	小なし 中 43.3% 高 43.3%	35.0%	小 37.0% 中 なし 高 なし	小 17.7% 中 81.0% 高 84.0%	小 30.4% 中 80.0% 高 80.0%	D
生活習慣病・がん	おやつ時間を決めて食べている3歳児の割合の増加	68.0%	80%以上	76.0%	67.9%	71.4%	B
	学童期以降の肥満度「標準」の子の割合の増加	小なし 中なし 高なし	90.0%	小 85.0% 中 なし 高 なし	小 62.2% 中 64.9% 高 84.0%	小 56.2% 中 63.3% 高 70.0%	D
	午後9時までに就寝する子どもの割合の増加	就前 94.0% 小なし	100%	就前 96.0% 小 37.0%	就前 32.1% 小 14.9%	就前 75.0% 小 0%	D
	午前7時までに起床する割合の増加	就前 66.0% 小なし	100%	就前 92.0% 小 98.0%	就前 53.6% 小 59.5%	就前 71.0% 小 50.0%	C
	眠れていると感じている中高生の割合の増加	中なし 高なし	80.0%	なし	中 91.9% 高 76.0%	中 93.3% 高 65.0%	C
たばこ	妊婦の喫煙率の低下	4.8%	0%	7.0%	20.0%	0%	A
	家庭での分煙率の上昇	妊娠期なし 中高 33.3%	妊娠期 100% 中高生 50%以上	妊娠期 62.0% 中高 46.2%	妊娠期 33.3% 中高 46.2%	妊娠期 100% 中高 61.5%	A

	評価指標	現状値 (平成22年)	目標値 (令和3年)	中間値 (平成26年)	平成 28年度	最終値 (令和3年)	達成率
たばこ	たばこの影響について知っている子どもの割合の増加	中高97.5%	100%	小94.0%	86.0% 小87.8% 中89.2% 高76.0%	88.7% 小82.1% 中93.4% 高100%	B
	たばこの影響について子どもに伝えている保護者の割合の増加	73.0%	80%以上	小49.0%	60.0% 小59.5% 中59.8% 高66.7%	48.6% 小41.0% 中高53.9%	D
アルコール	アルコール摂取による健康への影響について理解している子の割合の増加	小なし 中高90.7%	小中高 100%	小 92.0% 中高なし	小78.4% 中83.8% 高80.0%	小80.4% 中93.3% 高95.0%	B
	アルコールの影響について伝えている保護者の割合の増加	小なし 中高48.7%	60%以上	小44.0% 中高なし	小47.3% 中45.9% 高58.3%	小47.3% 中高46.5%	C

2) 親子期における重点目標

- ・子どもが健やかに発育・発達できる
- ・保護者が安心して子育てできる

3) 親子期における指標の達成状況

	判定基準	平成26年	令和3年
A	既に目標値に達しているもしくは概ね達成し、更に改善を目指す	7(16.7%)	5(15.6%)
B	目標値に達していないが、策定時より改善	6(14.3%)	10(31.3%)
C	策定時から状況が変化していない	0(00.0%)	11(34.3%)
D	策定時より悪化している	4(09.5%)	6(18.8%)
E	策定時に指標設定なし、把握方法、対象者の変更等で評価困難	25(59.5%)	0(00.0%)
計		42(100%)	32(100%)

中間評価時には評価指標がなかったり、評価困難であった指標を変更したことで、評価困難項目が減少した反面、ほぼ目標値を達成せず、策定時より状況が若干改善したのが3割、不変が約4割と評価値自体の見直しが必要です。今回、策定時より悪化(D評価)となったものは「栄養・食生活」「身体活動・運動」「生活習慣病」の分野であり、改善策が必要です。

4) 健康意識調査(アンケート)の結果と策定委員会での意見

【こころの健康】

- 子どもがどの年代であっても、保護者は子育てに関する不安やストレスを持っていることがわかりました。どの年代も85%以上の保護者の方が何らかのストレス解消法が「ある」と回答しました。小～高校生の保護者は平成28年と状況に大きな変化はありませんでした。どの年代も90%以上の保護者の方が子育ての不安や悩みに関して相談者が「いる」と回答しました。平成28年から小学生以外は割合が減少しています。「いない」という回答がどの年代にもありました。割合が減少しているとはいえ、相談者はいないという状況を改善していく必要があるといえます。

委員からはストレスの内容を把握して、相談対応が必要なのではないか？との意見があり、相談窓口の情報提供やメール相談などの実施など子育てアプリを活用した支援ができないかとの意見がありました。

- どの年代も約7割以上の保護者が周囲と交流しながら子育てをしていると回答しましたが、2割～3割は交流していないと回答しているため、子育てが孤立化していないか注意する必要があります。

特に3歳以上就学前児童の保護者については平成28年と比べ周囲と交流する割合は減少しています。今後とも妊娠期からの交流の機会を大切にしていける必要があります。

【妊娠期】

- 妊娠届出は平成24年度以降、すべての妊婦が妊娠12週未満に行っている他、妊婦健診については平成22年度以降、受診率が100%であることからすべての妊婦に妊娠早期から母体と胎児の健康を意識し、出産に向けて健康管理をする意識が見られています。

【栄養・食生活】

- 週4日以上家族で夕食を食べる割合は小学生で92.8%、中学生で93.4%でほぼ家族と夕食を食べますが、高校生は85.0%と割合が減少しました。通学やアルバイトなど生活の多様化が原因と考えます。平成28年からはすべての年代で割合が減少しています。

小中学生で約1割、高校生では約2割が朝食を欠食することがわかりました。平成28年と比較すると、中学生の毎日朝食を食べない割合が増加しました。朝食を摂取しない理由は「時間がない」「食欲がない」などあげられました。

【歯の健康】

- 虫歯のない3歳児の割合は平成28年に比較して割合が減少しましたが、年度によってバラツキがみられています。中学生の虫歯のない児童の割合が若干多いものの、学童期になると全体の4割ほどに減少することがわかりました。平成28年と比較すると小学生は割合が減少しました。

中学生以降は「わからない」との回答も多く、自分の歯に関心を持つための取組みが今後必要です。

平成29年からこども園と小学生に実施しているフッ化物洗口事業の効果検証が今後必要です。

- 3歳児の仕上げ磨きが100%に達していません。3歳児の歯磨きは1人では不十分であるため、仕上げ磨きの重要性を伝えていくことが必要です。
- 1日2回以上の歯磨きをする割合は約8割でしたが、平成28年から2回以上磨く割合が小学生13.8%、中学生14.6%、高校生8.0%減少しています。小学生は1回と回答する割合も20%以上いました。虫歯予防の観点から1日2回以上の歯磨きが適切と考えます。

委員からは新型コロナウイルス感染症対策で小学校の昼食後の歯磨きが中止になっている現状等も影響を与えているのではないかと意見がありました。コロナ対策を踏まえた歯科保健の推進が必要と言えます。

- 定期的な歯科検診受診の割合は小学生60%でしたが、以降、割合が低下し、高校生では35.0%まで低下しました。

定期的に歯科検診を受診している割合は目標80%以上に対し、どの年代も低い状況にあります。平成28年から中高生は割合が若干増加しましたが、小学生は減少しました。

3歳までは保健センターでフッ素塗布事業と合わせて実施しており、3歳児健診終了後はほとんどの児童がこども園や学校での歯科検診で経過を見ている状況にあります。

【身体活動・運動】

- 放課後週1回以上身体を動かす機会があると回答した小学生は64.3%、中学生が約60%で平成28年から小中学生ともに割合が低下しました。平日2時間以上TVゲームや携帯等をして過ごす小学生は30%強であるに対し、中学生以降は80%に増加します。スマートフォンの普及が関連していると考えます。

委員からは新型コロナウイルス感染症やゲーム内容自体の変化（インターネットを介して他者と交流して進める）で携帯ゲーム等の時間が増加している現状があるとの意見があり、教育委員会と協力して子どもの活動を促す事業の実施が必要なのではないかとの意見がでました。

【生活習慣病・がん】

- おやつの時間を決めている3歳児の割合は71.4%と計画策定時より増加しました。3歳以上就学前児童のほとんどがこども園を利用しており、こども園に通っている平日であればおやつの時間は15時と決まっているためと思われます。
小学生のやせが28%、肥満が18.8%、中学生のやせが16%、肥満が20%、高校生はやせが10%、肥満が15%みられました。
3歳以上就学前児は午後9時までに就寝する割合が75%と策定時に比べ割合が低下しました。（平成28年からは増加）小学生については午後9時までに就寝すると回答した児童はいませんでした。
起床時間はほとんどの小学生が午前7時までに起床していますが、就寝時間が学年が上がるるとともに遅くなる傾向がありました。
高校生は「よく眠れている」「眠れている」と回答した割合が65.0%で、平成28年からは割合が減少しました。
高校生の35%が午前0時以降に就寝していることから、睡眠時間が足りていない、熟睡感が得られていない可能性が考えられます。

【たばこ】

- 妊婦の喫煙率は平成28年は20.0%、令和3年は0%と調査年ごとに大きく差がありました。家庭での分煙も同様であり、妊婦については平成28年で33.3%でしたが令和3年度は100%となり目標値100%を達成しました。妊婦の喫煙や受動喫煙は流産や早産などの危険性を高めるため、このまま維持できるように支援していく必要があります。たばこの害について理解している小～高校生全体の割合は88.7%であり、平成28年から増加しました。
各年代でも小学生は80%以上、中高校生で90%以上であり増加しています。
保護者が家庭でたばこの影響について「伝えている」「どちらかといえば伝えている」割合は小～高校生保護者全体で、平成28年に比べ、減少しました。保護者の喫煙率が低下しているため、喫煙の影響について家庭で話題にのぼらない可能性があります。
委員からは世の中のたばこの在り方が変化してきている（CM、ドラマなどに出てこなくなった）と感じるので、自然に子どもたちが知識として得られる環境ではないことを理解して対策していくことが必要であると意見がありました。

【アルコール】

- 多量飲酒の影響について知っているこどもの割合は小～高校生いずれも平成28年より割合が増加しました。中、高校生は「影響がある」と回答した割合が90%以上であり、策定時より増加しました。
多量飲酒の影響について、子どもに伝えている保護者の割合はほぼ横ばいでした。
たばこの与える影響の周知と比較し、割合が低くなっています。

5) 親子期の保健事業の実施状況

	目標	行政の取り組み内容（平成24年度～令和3年度まで）
こ こ ろ の 健 康	・子育てに関する相談窓口やストレス解消法、一時保育の利用などの情報提供 ・色々な機会を通じて子育てに関するアドバイスの実施 ・親子が集えて楽しく過ごせる機会を提供 ・子育てしやすい環境について	・子育て世代包括支援センターを開設し、保健師が個別支援計画を立てて、個別支援を実施 ・産後ケア事業（助産師による自宅訪問事業等）の実施 ・妊娠届出時から計3回、個別面談を実施 ・妊娠届出時と出産前に子育てアンケートを実施し、妊婦の困り事等に対応 ・子育てアプリを導入し、予防接種管理や町の子育てに関する情報提供を実施 ・こども園で実施している子育て支援に関する行事の情報提供を実施 ・0歳から2歳児を対象に子育てサロン「まんまるひろば」を実施（平成24年度～）

	て関係機関と協議	・こども園で実施している「子育て事業」に参加し、親子の情報共有 ・学童保育所の運営
妊 娠 期	・妊娠届出の受理と母子手帳の発行 ・妊婦健診の助成 ・妊娠・出産に関する情報提供や、相談対応 ・妊娠期の健康管理の助言 ・子連れで参加できる行事や事業、イベントに関する情報提供 ・妊婦同士集える場や小さい子のいる親子が集える場や機会の提供	・妊婦健診交付時（3回）に出来る限り面談を実施 ・プレママ交流会などで妊娠期の健康管理について助言や相談対応 ・妊婦健診費用の助成（1人妊婦健診14回、超音波健診8回分） ・妊婦健診、出産のための通院に関する交通費を助成 ・子育て世代包括支援センターの設置 ・社協主催の子育てサロン事業の実施時にチラシを配布するなど周知協力 ・プレママ交流会、子育てサロンの実施
栄 養 ・ 食 生 活	・親子で楽しくおいしく食べられるレシピを使った料理教室の開催 ・朝食を食べること、バランス良く食べることの大切さについての情報提供 ・子どもが好き嫌いを克服できる調理の工夫を考える ・子どもの食生活や栄養についての相談対応	【乳幼児期】 ・子育てサロン「まんまるひろば」で離乳食教室の実施 ・乳幼児健診に管理栄養士を雇用し、栄養相談を実施 【学童期以降】 ・なし（今後、小中学校の栄養教諭による食育の取組みの確認する） ・月1回、ナカジマ薬局の管理栄養士による栄養相談会を開催
歯 の 健 康	・虫歯予防に関する情報提供や健康教育の実施 ・虫歯予防に向け親子の関心が高まるようむし歯のない子表彰を実施 ・乳幼児歯科検診・フッ素塗布の実施 ・定期的な歯科検診受診の必要性について情報提供	・むし歯のない子表彰（年1回）の実施 【乳幼児期】 ・子育てサロンで虫歯予防の健康教育（平成24年） ・乳幼児健診で歯科医師による歯科検診、歯科指導を実施 ・乳幼児健診を活用し、1歳以上の児にフッ素塗布を実施 ・花の里こども園（希望者）にフッ化物洗口を実施 ・花の里こども園で、年1回むし歯予防教室（健康教育）の実施（保護者アンケートと実態のフィードバックを実施） 【学童期】 ・小学生（希望者）にフッ化物洗口を実施
身 体 活 動 ・ 運 動	・活動しやすい環境づくりのため、関係部署への働きかけ ・身体を動かす行事やイベント、月形町の自然を生かした身体を動かすことのできる場所について情報提供 ・身体を動かすことの重要性の周知	【乳幼児期】 ・子育てサロンでリトミックの実施 【学童期】 ・教育委員会事業への協力（小学生体力測定、ニュースポーツ教室、歩け歩け大会、ヘルシーアカデミーなど）

生活習慣病・がん	・保護者に対し、子どもの健康的な生活習慣の助言 ・生活習慣病・がんについての情報提供 ・普段の生活上での健康な習慣づくりと一緒に検討	・子どもの生活習慣に関連した個別相談（保健師、ラウンド栄養士）の実施 ・健康づくり講演会の実施（保護者に対し） 【乳幼児期】 ・乳幼児健診において、保健師、管理栄養士による食事、睡眠、運動習慣についての状況把握と生活リズムの重要性について情報提供 ・子育てサロンで栄養士による調理実習（手作りおやつ）の実施 ・【学童期】なし
たばこ	・たばこの害について情報提供 ・妊婦への禁煙勧奨とサポート ・妊婦や子どもの前では喫煙しないよう伝える ・大勢の人が集まる場では、禁煙もしくは分煙するよう伝える	【妊娠期】 ・プレママ交流会で健康教育を実施 ・妊娠期アンケートで喫煙状況を把握、個別面談実施し、喫煙による妊娠・出産への影響などについて伝える 【乳幼児期】 ・新生児訪問、乳幼児健診で分煙の必要性について伝える 【学童期】 高校での健康教育（喫煙）
アルコール	・アルコールと健康の関係について情報提供	【妊娠期】 ・妊娠期アンケートで飲酒状況を把握、個別面談実施し、多量飲酒による妊娠・出産への影響などについて伝える ・プレママ交流会で健康教育を実施 【乳幼児期】 ・新生児訪問、乳幼児健診で授乳期の禁酒の必要性について伝える 【学童期】 ・保護者向けに広報に飲酒と健康に関する記事を掲載

6) 親子期の今後の課題

No	令和3年アンケート調査結果	今後、対応必要な課題	第2期計画の領域
1	・90%以上の保護者の方が子育ての不安や悩みに関して相談者が「いる」と回答したが、どの年代にも「いない」という方がいる ・20～30%の保護者は「周囲と交流して子育てをしていない」と回答している	・子育ての孤立化の防止 ・妊娠期からの交流の機会の確保	こころの健康
2	・小中学生が約1割、高校生では約2割の子どもが朝食を欠食している	・3食摂取することの重要性の働きかけ	栄養、食生活
3	・自分での歯磨きが不十分である3歳児への仕上げ磨きの割合が100%に到達しない ・虫歯のない学童の割合が40%程であること、中学生以降は「わからない」という回答も多い ・平成29年からのフッ化物洗口事業の効果が不明	・乳幼児期からの虫歯予防の重要性の理解 ・学童期まで継続した虫歯予防活動	歯の健康
4	・放課後週1回以上身体を動かす機会があると回答した小中学生が約60%であり、平成28年から低下している	・運動機会の減少による体力低下や肥満等の恐れ（将来の生活習慣病予防）	身体活動、運動生活習慣病、がん
5	・小学生の就寝時間が遅くなっており、起床時間や朝食摂取に関連している可能性がある。	・望ましい生活リズムの獲得（生活習慣病予防）	生活習慣病、がん

(2) 成人期

1) 成人期の指標

領域	評価指標	現状値 (平成22年)	目標値 (令和3年)	中間値 (平成26年)	平成 28年度	最終値 (令和3年)	達成率
生活習慣病・がん	特定健診受診率の向上	43.6%	65%以上	41.5% (平成25年)	48.5%	42.1%	D
	内臓脂肪症候群該当者及び予備群の方の減少	該当者 男 20.4% 女 14.0%	該当者 男 35%以下 女 12%以下	該当者 男 25.2% 女 9.8%	該当者 男性 21.1% 女性 9.0%	該当者 男性 22.9% 女性 8.6%	B
	内臓脂肪症候群該当者及び予備群の方の減少	予備群 男 17.7% 女 4.7%	予備群 男 15%以下 女 4%以下	予備群 男 20.3% 女 5.5%	予備群 男性 15.0% 女性 3.0%	予備群 男性 15.3% 女性 4.7%	B
	がん検診受診率の向上 (肺がん)	21.4%	30%以上	20.6%	23.0%	24.1%	B
	(胃がん)	13.7%	20%以上	12.3%	15.9%	14.4%	C
	(大腸がん)	14.7%	22%以上	14.9%	21.0%	20.6%	C
	(乳がん)	16.6%	20%以上	14.6%	14.4%	19.1%	B
	(子宮がん)	17.7%	20%以上	18.1%	23.0%	12.4%	D
生きがい	生きがいを持つ方の割合の増加	79.0%	90%以上	55.7%	60.9%	54.1%	D
	何らかの地域活動に参加する方の割合の増加	63.0%	70%以上	58.4%	58.4%	35.9%	D
	趣味を持つ方の割合の増加 (追加)	68.6%		62.4%	61.3%	59.1%	D
栄養・食生活	朝食をほぼ摂取する方の割合の増加	93.1%	100%	94.1%	94.9%	82.9%	D
	肥満者 (BMI25 以上) の方の割合の増加	男性 35.2% 女性 26.2%	男性 30%以下 女性 20%以下	男性 39.5% 女性 26.4%	男性 38.3% 女性 27.8%	男性 39.0% 女性 27.3%	D
	適正体重を知っている方の割合の増加	男性 57.8% 女性 68.9%	男性 70%以上 女性 80%以上	男性 63.3% 女性 67.3%	男性 59.6% 女性 68.5%	男性 67.6% 女性 71.2%	B
身体活動	運動習慣のある方の割合の増加 (1日30分以上、週2回以上)	男性 23.4% 女性 26.7%	男性 28%以上 女性 31%以上	男性 23.5% 女性 27.1%	男性 34.9% 女性 25.4%	男性 29.4% 女性 24.5%	D
こころの健康	ストレスを解消「できている」「多少できている」方の割合	53.9%	80.0%	62.0%	58.6%	55.3%	C
	睡眠で疲れがとれていない方の割合の減少	16.2%	15%以下	18.0%	16.8%	22.7%	D
	悩みの相談者が「いる」「内容によっている」方の割合の増加	86.2%	95%以上	83.0%	81.6%	77.8%	D
歯の健康	1日2回以上、歯を磨く方の割合の増加	66.5%	80%以上	67.5%	63.4%	63.9%	D
	定期的に歯科検診を受診する方の割合の増加	9.3%	30%以上	12.7%	18.5%	24.8%	B
	50~60歳代における「20本以上自分の歯がある」方の割合の増加	男性 36.4% 女性 31.0%	男性 50%以上 女性 50%以上	男性 52.6% 女性 44.0%	男性 41.6% 女性 33.3%	男性 41.3% 女性 44.2%	C
たばこ	喫煙者の割合の減少	男性 37.5% 女性 8.7%	男性 30%以下 女性 7%以下	男性 31.1% 女性 9.2%	男性 30.9% 女性 8.0%	男性 28.7% 女性 9.0%	B
	習慣的に1日21本以上吸う方の割合の減少	男性 31.3% 女性 11.1%	男性 25%以下 女性 9%以下	男性 25% 女性 0%	男性 24.1% 女性 0%	男性 9.8% 女性 1.4%	A
	肺がん検診の受診率の向上	21.4%	30%以上	21.0%	23.0%	24.1%	B

アルコール	毎日飲酒している方の割合の減少	44.0%	男性 40%以下 女性 15%以下	男性 53.3% 女性 22.8%	男性 60.6% 女性 30.8%	男性 54.5% 女性 27.6%	C
	多量飲酒している方の割合の減少 (1回3合以上)	男性 8.0% 女性 0%	7%以下	男性 1.8% 女性 0%	男性 7.5% 女性 0%	男性 4.6% 女性 1.0%	A

2) 成人期における重点目標

- ・生活習慣病を予防し、身体能力の維持、気持ちの安定が図られ、自身の健康レベルを維持できる
- ・年齢に応じた生きがいや役割を持ち、自分らしく充実した生活を送れる

3) 成人期における指標の達成状況

判定基準		平成 26 年	令和 3 年
A	既に目標値に達しているもしくは概ね達成し、更に改善を目指す	4(11.4%)	2(8.3%)
B	目標値に達していないが、策定時より改善	6(17.1%)	7(29.2%)
C	策定時から状況が変化していない	12(34.3%)	4(16.7%)
D	策定時より悪化している	9(25.7%)	11(45.8%)
E	策定時に指標設定なし、把握方法、対象者の変更等で評価困難	4(11.4%)	0(00.0%)
計		35(100%)	24(100%)

策定時より状況が改善しているものが3割に増加したが、策定時より悪化している指標が増加しました。悪化した要因を明らかにすること、目標値自体の設定見直しが必要です。

「生きがい」に関する項目については新型コロナウイルス感染症の影響がすべて悪化したため、今後の状況についての調査が必要です。その他「生活習慣病・がん」「栄養・食生活」「身体活動・運動」「こころの健康」「歯の健康」に悪化した状況がみられたため、改善策が必要です。

4) 健康意識調査（アンケート）の結果と策定委員会での意見

【生活習慣病・がん】

- 特定健診の受診率は男性よりも女性のほうがやや高いですが、策定時と比較し令和2年男性は0.7%の増加がみられるのに対し、令和2年の女性は5.0%減少し、低下傾向にあります。令和2年度は新型コロナウイルス感染症の影響を受けていることありますが、受診者の固定化や医療受診者増による健診受診者の伸び悩みが見られています。

メタボリックシンドロームの該当者男性の割合は平成24年に一度低下していますが、平成26年再び増加し、令和2年は22.9%と策定時より15.4%減少しました。女性は減少傾向で、令和2年8.6%と策定時より7.4%減少しました。

メタボリックシンドロームの予備群の割合は策定時に比べ、男性は2.4%減少し、女性は横ばいでした。中間評価以降からは男女ともに増加傾向がみられています。

がん検診の受診率は平成22年と比較し、子宮がんの受診率は低下していますが、その他のがんは大きな変化がなく横ばいの状況と言えます。子宮がん検診は他のがん検診と異なり、20歳以上が対象となります。最近の傾向として20～30代の受診者数の伸びがみられないため、若年者層への勧奨など、受診率の向上に向けた取り組みが重要になると考えます。また近年子宮頸がんワクチンも再勧奨の対象となっていることからこれらの取り組みの強化が必要と言えます。

【生きがい・役割・交流】

- 生きがいを持っている方の割合は計画策定時79.0%でしたが、令和3年54.1%と減少しました。趣味、生きがいについては新型コロナの感染状況等も影響している可能性があるため、引き続き調査していきます。趣味を持っている方は62.4%で策定時から6.2%低下しています。趣味を持っている方の割合は平成

29 年から 2.2%減少しました。地域活動の参加についてあると答えた方の割合は平成 29 年から 18.6%減少しました。令和 2 年からの新型コロナウイルス感染症による外出機会の減少及び地域行事の中止等の影響も考えられます。今後も新型コロナの状況を鑑みながらの活動を支援していく必要があります。

【栄養・食生活】

- 朝食をほぼ毎日食べている方の割合は平成 29 年から 10%以上低下しています。
朝食欠食者の割合を年齢別にみると 20～30 歳代の 2 割強、40 歳代の 2 割弱が朝食を摂取していないことがわかりました。小中高校生の朝食の欠食割合の増加もみられていることから、親世代であるこれらの年代の望ましい食習慣の獲得について支援が必要と考えます。
男女ともに平成 29 年から肥満者の割合に変化がありませんでした。生活習慣病予防のためには肥満予防対策が必要と考えます。

【身体活動・運動】

- 1 日 30 分以上、週 2 回以上 1 年以上継続して運動を実施している方の割合は男性平成 29 年から 4.0%減少しましたが、策定時から増加しています。女性は平成 29 年から 0.9%低下しており、計画策定以来、最も運動継続者の割合が低い結果となりました。
総合体育館のトレーニング室の利用状況がどうなっているのか、整備されたことにより、運動の継続実施者が増加するのでは？との意見が出ました。トレーニング室は 1 か月の平均利用者がのべ約 200 名であり、女性利用者が若干多く、年代的には 50～69 歳の方の利用が多いことがわかりました。継続実施者の増加と利用状況の関連はわかりませんでした。

【こころの健康】

- ストレスを解消「できている」「多少できている」と回答した方の割合は平成 29 年 58.6%、令和 3 年 55.3%と低下しました。ストレスが全く解消できないと回答した方も令和 3 年 1.9%いました。「記載なし」の方の割合が多く、今後も調査が必要です。
悩みの相談者が「いる」「内容によってはいる」と回答した方の割合は平成 29 年 81.6%、令和 3 年 77.8%と低下しました。全ての方が悩みを 1 人で抱えることのないように相談窓口の周知が重要と考えます。

【歯の健康】

- 1 日 2 回以上歯を磨く方の割合は平成 29 年 63.4%、令和 3 年 63.9%とほぼ横ばいでした。
歯科検診を定期的に受診している方の割合は平成 29 年から 6.3%増加していました。女性の方が割合が高いです。また 4 割弱の方が歯科検診を受診をしていない状況です。20 本以上自分の歯が残っている方の割合は男性は平成 29 年から横ばい、女性は平成 29 年から増加しました。特に女性 50 歳代の伸びがみられました。

【たばこ】

- 喫煙する方の割合は、男性平成 29 年から 2.2%減少し、女性は 1.0%増加しました。1 日 21 本以上たばこを吸う方の割合は男性は平成 29 年から 14.3%減少し、女性は調査年ごとに差がみられ、令和 3 年は 1 名 (1.4%) いました。
肺がん検診の受診率は平成 29 年 23.0%、令和 3 年 24.1%で微増しました。
委員からは近年、喫煙場所の設定など喫煙者にとってはタバコを吸える場所が限られ、その事が喫煙者の減少につながっているのではないかと、反面、農家などは戸外で喫煙できる環境があるため、それほど喫煙者が減っていないのでは？との意見がありました。農家の喫煙状況についても実態を確認する必要があります。

【アルコール】

- お酒を「飲む」と回答した割合は回答者全体で男性は 57.5%、女性は 32.4%でした。
「飲む」と回答した方の中で「毎日飲む」と回答した割合は男性 54.5%、女性 27.6%であり、いずれも平成 29 年から減少しました。
「飲まない」と答えた人の割合が策定時より 10%以上低下しています。男女別でみると男性は「毎日飲酒している」方が 53.3%と約半数であり、女性は 22.8%です。策定時に比べ、「毎日飲酒している」方の割合は 40%と若干減少しており、休肝日を設ける方が増加したと考えます。

1 回の飲酒量で多量飲酒（純アルコール量 60 g 以上）の割合は男性が平成 29 年から 2.9%減少し、女性は年ごとに差があり、令和 3 年は対象者が 1 名いたため、1.0%となっています。適量飲酒（純アルコール 20 g 以内）への支援が必要です。

5) 成人期の保健事業の実施状況

	目標	行政の取り組み内容（平成 24 年度～令和 3 年度まで）
生活習慣病・がん	- 生活習慣病に関する正しい知識の普及啓発を図る - 健診結果や自身の健康状態が理解できるよう、保健指導を充実する - 精密検査が必要な方の受診状況の把握と受診勧奨 - 受けやすい健診体制について検討	- 広報すこやかメニューに各種健診について掲載 - 婦人会等で生活習慣病について健康教育の実施 - 健診結果説明会と個別面談の実施 - 健診事後教室（健康づくり教室）の実施 - 個別の精密検査勧奨 - 受診勧奨後の精密検査受診状況の把握 - 子宮頸がん無料クーポンの配布（平成 27 年度まで） - 子宮頸がんワクチンの再開 - 任意健診（前立腺がん検診）の実施 - 休日（日曜日、祝日）健診の実施 - 国保日帰り人間ドックの対象年代の拡大
生きがい・役割・交流	世代に関係なく地域で気軽に交流できる場や機会の確保について、関係部署と検討	- 気軽に集える場としてなごみ会の実施（月 1 回） - 自主サークル支援（ディスコン～軽スポーツ）＊現在休止中 - 社会福祉協議会が実施しているサロンに参加し、情報収集 - 健康麻雀の会（準備）
栄養・食生活	- 栄養に関する知識の普及（健康教育、調理実習の実施） - IP 端末で、簡単にバランスのよい献立について情報を発信	- 特定健康診査の実施 - ナカジマ薬局管理栄養士による地域婦人会での健康教育、調理実習の実施 - 健診結果説明会での保健師、管理栄養士による個別相談の実施 - ラウンド栄養士事業（ナカジマ薬局管理栄養士）月 1 回 - すっきりスリム教室（健康づくり教室（年 10 回） - 健康づくり講演会～令和 3 年度 - 広報に栄養、生活習慣病予防に関する記事を掲載
身体活動・運動	- 手軽にできる運動の普及（健康教育、IP の活用） - 運動教室や体力測定の実施 - 運動器具や指導者などの運動施設の充実について、関係機関と検討	- 教育委員会事業への協力（ヘルシーアカデミー、町民体力測定、歩け歩け大会など） - 広報記事掲載 - 地域婦人会の健康教育や各団体の依頼に応じて軽運動などを実施 - ご当地体操（花メロ体操）の改善と普及 - 自主活動（ディスコン）支援 - すっきりスリム教室（健康づくり教室）の実施、内容の検討（トレーニングルームの活用） - 健康づくり講演会（運動をテーマに）の実施

こころの健康	・こころの健康に関する正しい知識の普及啓発 ・身近な相談窓口、相談機会の充実 ・近隣の医療機関、相談窓口の情報提供	・こころの健康相談会（精神科医師）の実施 ・こころの健康講演会の実施 ・ゲートキーパー研修会の実施 ・広報にメンタルヘルスに関する記事掲載 ・地域の婦人会等でメンタルヘルスに関する健康教育の実施 ・近隣の相談窓口一覧のリーフレットを配布 ・保健師による個別相談の対応
歯の健康	・口腔ケアに関する正しい知識の普及啓発 ・集団歯科検診の検討	・介護予防事業で歯科衛生士による口腔チェックと口腔ケアについての指導を実施 ・住民健診に歯科検診を導入（平成 25 年度）
たばこ	・たばこの健康被害について周知 ・禁煙したい方に対する健康相談や禁煙外来の紹介	・広報にたばこの害に関する記事掲載 ・健診結果説明会にて禁煙に関する個別相談（対象者）
アルコール	・アルコールが及ぼす健康被害について周知 ・自分の適量や休肝日の重要性について普及	・広報記事掲載 ・結果説明会での個別相談 ・結果説明会でアルコールの適量について、保健指導

6) 成人期の今後の課題

No	令和 3 年アンケート調査結果	今後、対応必要な課題	第 2 期計画の領域
1	・朝食を毎日摂取している割合の減少、子ども世代の摂取割合も減少していることから、親世代の良好な食習慣の獲得が必要	・子どもに影響を与える親の良好な生活習慣の獲得	栄養、食生活
2	・男女ともに肥満者の割合が横ばいである	・生活習慣病予防のための肥満予防対策	生活習慣病、がん
3	・1 日 30 分以上、週 2 回以上 1 年以上継続して運動を実施している方の割合が減少している	・生活習慣病予防や悪化予防のための運動習慣の獲得、維持	身体活動、運動
4	・悩みの相談者が「いる」「内容によっている」と回答した割合が 3.8%減少している	・孤立せず対応できるようこころの健康に関する理解、相談力を高める	こころの健康
5	・趣味や生きがいを持ったり、地域活動に参加する割合が減少している（新型コロナウイルス感染予防の関係で社会活動が低下している可能性が高い）	・社会活動ができる外出機会の確保（閉じこもり予防への支援）	生きがい・役割・交流 身体活動・運動 (高齢期も同様)

(3) 高齢期

1) 高齢期の指標

領域	評価指標	現状値 (平成 22 年)	目標値 (令和 3 年)	中間値 (平成 26 年)	平成 28 年度	最終値 (令和 3 年)	達成率
生活習慣病・がん	後期高齢者健診受診率の向上	10.7%	12.0%以上	17.8%	17.5%	14.0%	B
	70 歳以上の BMI25 以上の方の割合の減少	男性 34.7% 女性 34.2%	男性 30%以下 女性 30%以下	男性 33.3% 女性 39.6%	男性 31.3% 女性 31.6%	男性 29.0% 女性 30.5%	B
	要介護認定者の原因疾患(脳卒中)の減少		15%以下	20.8%	21.0%	21.6%	D
生きがい・役割・交流	週に 1 回も外出しない 75 歳以上の方の減少	20.0%	10%以下	一般 13.4% 要支援 26.4%	10.6% 一般 9.0% 要支援 27.9%	13.4% 一般 11.4% 要支援 33.9%	C
	閉じこもりにチェックされる方の減少	14.3%	10%以下	12.0%			E
	趣味を持つ人の割合の維持	90.0%	90.0%	77.7%	63.1%	61.0%	D
	生きがいを感じる人の割合の維持	90.0%	90.0%	82.3%	52.1%	49.7%	D
身体活動・運動	75 歳以上で運動習慣のある方の割合の上昇	男性 76.5% 女性 44.4%	男性 80%以上 女性 50%以上	男性 38.0% 女性 28.0%	男性 30.8% 女性 40.9%	男性 49.5% 女性 34.1%	D
	運動機能低下者の割合の低下	27.8%	22%以下	27.0%			E
	筋骨格系の病気を持つ方の減少	26.1%	22%以下	一般 16.1% 要支援 44.8%	15.5% 13.9% 32.8%	14.5% 12.9% 30.5%	B
こころの健康	「うつに注意」と判断される方の割合の低下	46.1%	30%以下	34.8%			E
	「認知症に注意」と判断される方の割合の低下	46.9%	40%以下	41.1%			E
	認知症(要介護認定者で認知度Ⅱ以上の人)の方の割合の低下	62.7%	50%以下	63.3%		65.9%	D
	主観的健康感(「自分は健康だ」と思う方の増加	64.5%	70%以上	69.8%	72.5%	73.2%	A
栄養・食生活	70 歳以上の BMI25 以上の方の割合	男性 34.7% 女性 34.2%	男性 35%以下 女性 30%以下	男性 33.3% 女性 39.6%	男性 31.3% 女性 31.6%	男性 29.0% 女性 30.5%	B
歯の健康	歯や入れ歯の手入れを毎日する方の増加	80.7%	100.0%	82.5%	79.9%	85.3%	B
	歯の定期健診を受ける方の増加	24.5%	20%以上	26.7%		43.7%	A
	「口腔に注意」と判断される方の減少	21.6%	15%以下	22.1%			E
たばこ	60 歳代の男性の喫煙率の減少	36.7%	30%以下	34.0%	27.6%	45.0%	D
	70 歳代の男性の喫煙率の減少	17.4%	15%以下	25.0%	19.2%	15.7%	B
	肺がん検診受診率の向上	19.9%	30%以上	19.9%	23.0%	24.1%	B

たばこ	75歳以上の肺がん検診受診率の向上	19.0%	30%以上	15.6%			E
	煙草を「毎日吸う」「時々吸う」と答えた男女の割合の減少	9.6%	9%以下	11.9%	11.8%	10.3%	B
	75歳以上の男性の喫煙率の減少	なし	15%以下	19.8%	11.9%	8.0%	A
アルコール	男性の適正飲酒者（1日1合以下の飲酒）の割合上昇	69.6%	80%以上	46.5%	32.0%		E

2) 高齢期における重点目標

- ・年齢や身体能力に応じた生きがいや役割を持ち、充実した生活を送れる
- ・身体能力の維持、気持ちの安定が図られ、自身の健康レベルを維持できる
- ・住み慣れた地域で安心して生活できる

3) 高齢期における指標の達成状況

判定基準		H26	R3
A	既に目標値に達しているもしくは概ね達成し、更に改善を目指す	2(6.9%)	3(13.6%)
B	目標値に達していないが、策定時より改善。	6(20.7%)	8(36.4%)
C	策定時から状況が変化していない	2(6.9%)	1(4.5%)
D	策定時より悪化している	10(34.5%)	3(13.6%)
E	策定時に指標設定なし、把握方法、対象者の変更等で評価困難	9(31.0%)	7(31.8%)
計		29(100%)	22(100%)

令和2年度の介護実態調査の調査項目の変更等があり、結果を比較できない指標がありました。

また、他のライフサイクルと比較し、目標値の達成や目標値までには至らなかったが、改善されている指標の割合が高かったです。

悪化している状況が見られたのは「生きがい」に関する「趣味」「生きがい」に関する項目でした。これらは新型コロナウイルス感染症の影響も関連していると思われ、引き続き調査が必要です。

その他「生活習慣病・がん」「身体活動・運動」「こころの健康」「タバコ」について、改善策が必要です。

4) 健康意識調査（アンケート）の結果と策定委員会での意見

【生活習慣病・がん】

- 後期高齢者健診の受診率は平成29年17.5%、令和3年14.0%と減少しました。

70歳以上のBMI25以上（肥満）の割合は男性が平成29年31.3%、令和3年29.0%と減少し、女性は平成29年31.6%、令和3年30.5%と微減しました。しかし、令和元年度国民健康・栄養調査の結果と比較（男性28.5%、女性26.4%）すると肥満者の割合は高くなっています。肥満は生活習慣病の誘因となるほか、筋骨格系疾患を誘発させると考えます。

【生きがい・役割・交流】

- 趣味を持つ方の割合は平成29年63.1%、令和3年61.0%と減少しました。また生きがいを持つ方の割合も平成29年52.1%、令和3年49.7%と減少しました。新型コロナの感染状況による活動制限等が影響している可能性もあるため、引き続き調査していきます。
- ほとんど外出しない75歳以上の方の割合は全体で13.4%、一般高齢者11.4%、要支援者33.9%となっています。元気高齢者だけではなく、要支援者の外出機会を増やす取り組みが必要と考えます。また外出を控える理由で最も多いのは「足腰の痛み(42.7%)」「楽しみがない(18.7%)」「病気(16.5%)」であり、平成23年の調査時の理由と足腰の痛み以外は変化していました。「交通手段がない」も14.6%の方の回答がありました。

【身体活動・運動】

- 75歳以上で運動習慣があると回答した方の割合は男性平成29年30.8%、令和3年49.5%と増加したものの、計画策定時（平成22年）76.5%を大きく下回りました。女性も平成29年40.9%、令和3年34.1%と減少しました。要因としては計画策定時の回答者は老人クラブ会員への調査だったため外出機会の多い方や積極的に外出する方に偏りがあった可能性があります。

筋骨格系の疾患を持つ人の割合は平成29年15.5%、令和3年14.5%と微減しており、目標の22%以下は達成できました。身体状況別では一般高齢者14.5%に対し、要支援者30.5%という状況がみられ、介護認定を申請する要因になっている可能性があります。

【こころの健康】

- 高齢者数の増加による認定者数の増加がみられ、自立度Ⅱ以上の割合も増加。今後も高齢化率が低下する要因は見込めず、自立度Ⅱ以上は増加すると思われます。自立度Ⅱは日常生活に困難さが見られてくるものの、家族を含めた周囲の配慮、働きかけで在宅生活が営める状況であるため、認知症進行を予防するための対策が必要と考えます。

【歯の健康】

- 歯磨きを毎日している方の割合は増加しました。入れ歯の手入れ状況は変わりませんでした。これらの方の歯の数と入れ歯の利用状況（介護予防実態調査）では「自分の歯は19本以下で入れ歯を使用」が全体の40.6%、「自分の歯が20本以上で入れ歯なし」が17.0%でした。入れ歯使用者は歯磨きではなく、入れ歯の手入れを行っているとは回答した可能性があります。定期健診受診者の割合は増加しましたが、半数以上に定期健診が定着しない傾向に変化はみられませんでした。歯科管理は「食べること」に直結する他、歯周病疾患などは生活習慣病の管理にも影響を与えるため、歯磨きや入れ歯の手入れを適切に行えるよう、支援が必要と考えます。

【たばこ】

- 介護予防実態調査で「毎日吸う」または「時々吸う」と回答した方の割合は平成29年11.8%、令和2年10.3%と微減しました。75歳以上の男性に限定すると喫煙率は平成29年11.9%、令和3年8.0%と喫煙者の割合が減少していることがわかりました。

特定健診における60歳代、70～74歳の喫煙率はそれぞれ34.0%、25.0%と60歳代の喫煙率が増加しました。肺がん検診の受診率は平成23年と比較し、平成29年23.0%、平成24年24.1%と微増しました。平成15年から24年までの肺がんのSMR*（標準化死亡比：全道の死亡の平均を100としたときの割合）は男性102.7、女性94.7であり、前回（平成12年～21年）のSMR値から見ると改善傾向ですが、男性は全道平均に比べ、若干多い為、喫煙による健康被害についての理解をすすめる必要があると考えます。

委員からは近年、喫煙場所の設定など喫煙環境が厳しい世の中になっている中で、月形町の喫煙状況が減少しないのは、屋外を仕事場とする農業に従事している方が多いことも影響しているのではないかと意見がありました。

【アルコール】

- 介護予防調査ではお酒を「毎日飲む」「時々飲む」と回答した方は30.0%で前回調査時（25.7%）よりも増加していました。飲酒量については今回の介護予防実態調査では調査項目になかったため、比較ができませんでした。しかし、高齢者にとって飲酒は楽しみ、生きがいににつながることから適量飲酒に努めるよう支援が必要と考えます。

5) 高齢期の保健事業の実施状況

	目標	行政の取り組み内容（平成 24 年度～令和 3 年度まで）
生活習慣病・がん	- 生活習慣病予防に関する知識普及 - 健康診査を受けやすい体制づくり - 健診結果と生活改善方法について周知、理解を深める - 生活習慣病悪化、健康被害予防の取り組みを実施	- 健康づくり講演会の実施 - 婦人会や老人クラブで健康教育、健康相談の実施 - 介護予防事業の実施 - 検診結果説明会、個別面談の実施、 - ラウンド栄養士事業の実施 - 後期高齢者健診の実施（シルバー健診の設定） - 精密検査対象者管理、受診勧奨（平成 25 年度～） - 糖尿病性腎症重症化予防事業
生きがい・役割・交流	- 足腰や健康に不安がある人が集まり、楽しく過ごせる場所の提供 - 趣味や生きがいづくりの自主的な集まりを支援 - 集まりの場に参加するための交通手段の充実の働きかけ - 集まれる場について教育委員会や社会福祉協議会と連携	- 介護予防事業の実施（足腰頭しゃっきり教室、運動機能改善教室、なごみ会、認知症予防教室） - 遠方の方でも参加できるように送迎実施 - 自主サークル支援（にこにこ運動クラブ（休会中）70 歳の会（不定期）） - 教育委員会、社協実施の「交流事業」への参加、協力
身体活動・運動	- 体力や状態に応じた運動機能向上教室の実施 - 楽しく運動が続けられるよう、自主グループ活動支援 - 広報や IP 電話を活用して運動情報の発信 - 運動器具の設置や指導者育成について役場内の関係機関と検討	- 介護予防事業の実施（足腰頭しゃっきり教室、運動機能改善教室、なごみ会、認知症予防教室） - 遠方の方でも参加できるように送迎実施 - すっきりスリム教室（健康づくり教室）の後期高齢者の受け入れ - 自主サークル等での運動指導（足腰頭しゃっきり教室） - 広報に運動関連の記事を掲載 - 花メロ体操（創作体操）の普及、啓発活動 - 教育委員会実施事業（ヘルシーアカデミー）などに協力し、町民の運動に関する課題共有
こころの健康	- こころや認知症に関する相談の実施 「認知症予防」に関する知識普及 - 地域ぐるみでの認知症予防の推進 - うつ、認知症の早期発見、早期対応	- こころの健康相談会の実施 - こころの健康講演会の実施 - 老人クラブ、婦人会等で健康教育の実施 - 地域見守り事業への協力、情報共有 - 介護予防事業（足腰頭しゃっきり教室、認知症予防教室）の実施
栄養・食生活	- 栄養バランスや適正量に関する正しい知識の普及 - 栄養に関する情報提供、健康教育の充実 - 栄養摂取が充実するための環境整備（配食サービス、買い物支援） - 皆で楽しく食事ができる機会の提供 - 高齢者の食生活実態について把握	- 広報記事に栄養に関連する内容を掲載 - 地区健康教育の実施 - ラウンド栄養士事業の実施 - なごみ会での会食（現在休止中） - 社協事業（あずまし食堂、高齢者サロン）の情報提供と勧奨 - 高齢者食生活調査の実施

歯の健康	・口腔ケアに関する正しい知識の普及 ・口腔内状況の実態把握 ・口腔ケアに関する関心を高める取組み	・運動機能改善教室で口腔ケアに関する指導を導入 ・口腔ケア教室（介護予防事業）の実施 ・成人歯科検診の実施（平成 25 年）→実施希望者が非常に少なく継続事業とならなかった
たばこ	・たばこの害についての正しい知識の普及 ・情報提供、健康教育の充実 ・禁煙希望者のサポート体制の推進 ・公共施設等の禁煙、分煙化の推進 ・家庭内分煙の推進	・広報にたばこの害に関する記事掲載 ・健診結果説明会にて禁煙に関する個別相談（対象者）
アルコール	・多量飲酒の害について正しい知識の普及 ・情報提供、健康教育の充実	・広報「すこやかメニュー」に記事掲載 ・結果説明会での個別相談 ・結果説明会でアルコールの適量について、保健指導

6) 高齢期の今後の課題

No	令和 3 年アンケート調査結果	今後、対応必要な課題	第 2 期計画の領域
1	・肥満（BMI25 以上）の割合が男女ともに平成 29 年の調査より微減しているが、令和元年度国民健康栄養調査の結果と比較（男性 28.5%、女性 26.4%）しても、割合が高い。肥満は生活習慣病の誘因となるほか、筋骨格系疾患を誘発させる可能性がある	・肥満による生活習慣病や筋骨格系疾患の発症、重症化予防	生活習慣病・がん
2	・ほとんど外出しない 75 歳以上の方の割合が平成 29 年調査時から増加。特に要支援者の外出しない割合が増加した	・元気高齢者だけではなく要支援者の外出機会を増やす取組み（閉じこもり予防）	生きがい役割交流
3	・歯磨きを毎日しない方は 10%以上おり、策定時の状況と変化がない ・定期的に歯科検診に入っていない高齢者が約 50%である	・歯の健康に関心を持ち、各自適切に管理する取組み ・おいしく食べるための歯科管理	歯の健康 栄養・食生活
4	・高齢化率の増加に伴い、自立度Ⅱ以上の割合も増加しており、今後も高齢化率が低下する要因は見込めず、自立度Ⅱ以上は増加すると予測される	・認知症進行を予防するための取組み	こころの健康

